

# newsletter Amelie

jaro/2016



**pomáháme žít  
život s rakovinou**

Od posledního newsletteru už uběhlo půl roku, také se Vám zdá, že to snad ani není možné? Nám v Amelii ano. Teď máme šanci se chvíli usadit, zhodnotit, ohlédnout, ale opravdu jen chvíli. Díváme se už vstříc dalším výzvám, plánujeme a realizujeme nové aktivity. O to vše se s Vámi nyní podělíme.

Amelie do roku 2016 vstoupila velmi aktivně - s novým vedením, chystanou změnou na zapsaný spolek a související změnou jména i stanov. Na postu předsedkyně (nyní již spolku) vystřídala Michaela Chrdlovou Šárka Slavíková, která se této role zhostila od počátku aktivně a realizovala změnu na zapsaný spolek. Jakmile bude změna zapsána do rejstříku, Amelie se promění definitivně na Amelie, z.s. a nové stanovy jsou již na stránkách Amelie.

Změnou na spolek se nemění téměř nic v obsahu a směřování Amelie - stále míříme ke stejným cílům a vizím a realizujeme aktivity a projekty, které pomáhají žít život s rakovinou. Proto se zde ohlédneme za výsledky roku 2015, ale nabídneme i plány pro rok 2016. Kromě Center a dobrovolnického programu v roce 2016 realizujeme arteterapii, vzdělávání, Linku Amelie i Tématické měsíce. Připravujeme nové aktivity v Centrech, ale také rozšíření Tématických měsíců do regionů a také dva zbrusu nové projekty - výzkum psychosociálních potřeb onkologicky nemocných a brožuru k návratu do zaměstnání po onkologické nemoci. O tom všem se dočtete dále.

Ano, směřujeme stále stejným směrem, máme své evergreeny, připravujeme novinky, ale nezapomínáme, že to vše se děje především díky podpoře od vás, našich dárců. Za to vám děkujeme.

Michaela Čadková Svejkovská,  
manažer provozu a metodik

## Amelie v letošním roce oslaví desetileté výročí založení.

Byla založena v prosinci roku 2006 Pavlou Tichou, Henrietou Tondlovou a Michaelou Chrdlovou jako občanské sdružení. Tomu ještě předcházela roční práce na realizaci tohoto kroku, která zahrnovala spolupráci se sdružením Zdravý životní styl, hledání samostatných prostor, vyjednávání s partnery a dárci a přípravu obsahu aktivit Center. Na podzim 2006 startovalo Centrum Amelie v Praze s aktivitami jako zdravé vaření, arteterapie, dramaterapie, cvičení pro onkologicky nemocné, zpěv a práce s hlasem. Pavla Tichá začala sama docházet na onkologické oddělení VFN v Praze a připravovat možnost realizace dobrovolnického programu. V běhu již byla příprava Centra Amelie v Olomouci.

Pavla Tichá později k založení Amelie napsala: „Když jsem plánovala vznik Amelie, byl v pozadí strach. Snad jsem se mu chtěla postavit tváří v tvář; objevovat ho a tak ho překonávat. Zjistila jsem, že je dobré nebýt na svůj strach sama, ale že je moc těžké sdílet ho s blízkými lidmi. Vnímala jsem beznaděj v nemocnicích a zároveň jsem objevovala naději v jednoduché kráse a tvořivosti. Zjistila jsem, že je dobré projevat lásku a úctu sama sobě i svému okolí, ale že musím stále znovu hledat způsob, jak to dělat“. Strach a nejistota jsou v dnešní době emocemi, které se příliš nenosí, to však neznamená, že neexistují. Pokud je však někdo schopen uchopit je jako signál a výzvu, stanou se mocnými hybateli nejen v osobní rovině. Rakovina je pro nemocné i jejich blízké často signálem i výzvou a Amelie se již 10 let snaží podpořit ty, kdo ji jako výzvu přijali.



Na podzim roku 2015 Amelie pořádala za pomoci VFN v Praze mezinárodní **konferenci I slova léčí II. aneb komplexní péče o onkologicky nemocné**. Kromě vysoce hodnocených prezentací zahraničních hostů z Velké Británie a Polska prezentovalo dalších dvanáct českých účastníků. Celkem se konference účastnilo 57 profesionálů z řad psychologů, zdravotních sester, sociálních pracovníků a zástupců patientských organizací. Ti hodnotili úroveň konference velmi kladně a jasně vyjadřovali potřebu komunikace tématu komplexní péče o onkologicky nemocné i jejich blízké. Jako výstup konference byl realizován sborník s adresářem, který je dostupný na stránkách Amelie.



 **Poradte se**  
o kolorektálním karcinomu

 **Aliance žen**  
s rakovinou prsu

**Amelie spolupracuje** v letošním roce se dvěma projekty a to vždy přes svou odbornost - nabízí v nich sociální práci. Prvním projektem je „Poradte se“ společnosti Merck, který nabízí telefonické, e-mailové a osobní konzultace se sociálním pracovníkem za Amelii, ale také s lékaři za projekt. Druhým projektem je spolupráce s Aliancí žen s rakovinou prsu, ve které se realizuje šest setkání s patientskými organizacemi, kde mají přednášku kromě sociálních pracovníků Amelie i psychologové. Více o projektech najdete na stránkách [www.poradtese.info](http://www.poradtese.info) a [www.breastcancer.cz](http://www.breastcancer.cz)

Amelie v letošním roce realizuje projekt **Výzkum psychosociálních potřeb onkologicky nemocných v ČR**. V jeho rámci proběhne kvalitativní výzkum, ve kterém osm respondentů popíše průběh svého onemocnění a léčby, ale i života během nich. Na základě tohoto výzkumu pak bude realizováno kvantitativní dotazníkové šetření. Výstupy budou k dispozici všem, kdo o ně bude mít zájem. Chcete nám s tímto projektem pomoci? Hledáme respondenty pro šetření, pomoc v zajištění financí na agenturní práce pro dotazníkové šetření, ale i dobrovolníky na administrativní podporu projektu. Máte zájem o projekt osobně nebo pro svou organizaci? Dejte nám vědět na [amelie@amelie-zs.cz](mailto:amelie@amelie-zs.cz)



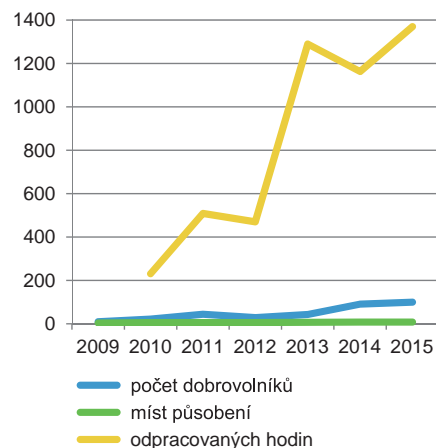
Vzhledem k tomu, že je dobrovolnický program Amelie dlouhodobým projektem s velkým potenciálem a dosahem, rozhodla se mu Amelie v letošním roce věnovat podrobněji. Dobrovolníci jsou duší tématu potřebnosti psychosociální péče, protože pokud by tato potřeba nebyla, neměli by dobrovolníci v nemocnicích a Centrech Amelie co na práci a jejich aktivita by se snižovala a pravděpodobně i postupně zanikla. Poptávka po dobrovolnících je ale dlouhodobě vysoká a mnohdy se její kapacitu ani nedaří naplnit.

**Dobrovolnický program Amelie má několik specifík.** Prvním je to, že se specializuje pouze na onkologické pacienty, druhým to, že umožňuje stát se dobrovolníkem i těm, kdo sami prošli onkologickým onemocněním. Na tato specifika pak nasedá celá koncepce programu. Příkladem je poměrně rozsáhlá metodika práce pro koordinátory dobrovolníků, kteří se musí být schopni se specifiky vypořádat v běžném provozu. A také třeba vícedenní, odborně cílené školení dobrovolníků, které se zaměřuje na onkologii, psychosociální péči a nechybí ani návštěva onkologického oddělení. V našem dobrovolnickém programu je kladen důraz na koordinátory dobrovolníků, supervizi a průběžné vzdělávání. Dobrovolníci se musí cítit bezpečně a vítaně, protože jenom tak mohou dobře posloužit těm, kdo jejich služeb využívají.

#### Historie dobrovolnického programu Amelie:

2007	dobrovolníci působí v Centrech Amelie
	zahájení docházky na onkologické oddělení VFN v Praze
2008	dohoda o formálním zahájení spolupráce s VFN v Praze a zavedení dobrovolnického programu
	dobrovolníci působí v Centrech Amelie na onkologickém oddělení VFN v Praze
2009	první třídní školení dobrovolníků
	zahájení vyjednávání o dobrovolnickém programu ve Fakultní nemocnici v Olomouci
	realizace dobrovolnického programu
2010	přístup k akreditaci dobrovolnického programu Amelie
	dobrovolníci působí v Centrech Amelie
2012	dobrovolníci působí na onkologickém oddělení ve VFN v Praze a ve FN Olomouc
	dobrovolnický program ve VFN se rozšířil i na hematooonkologickou ambulanci
2013	realizace konference o dobrovolnících na onkologiích
	rozšíření dobrovolnického programu do Nemocnice Na Pleši
2014	dobrovolnický program ve VFN se rozšířil na gynekologicko porodnickou kliniku
	dobrovolníci jsou poprvé součástí Tulipánového měsíce a přicházejí i do nemocnice Na Bulovce
2015	dobrovolnický program ve FN Olomouc se rozšiřuje na onkologickou ambulanci
2016	dobrovolníci stále působí v Centrech Amelie
	dobrovolnický program ve VFN se rozšiřuje na dermatovenerologickou kliniku

Kdo a proč je dobrovolník Amelie? **Příběh jednoho z těch, kdo pomáhají:** Eva spolupracuje s Amelií od roku 2014. Na dobrovolnický program Amelie narazila na internetu, když hledala v dobrovolničení změnu. Měla zkušenost s onkologickým onemocněním ve své blízkosti a zaujala ji cílová skupina dospělých, protože si uvědomila, že právě té se nevěnuje mnoho pozornosti. Po školení dobrovolníků se zapojila do programu v Nemocnici Na Pleši, kam dojížděla k lůžkům nemocných a později začala organizovat i tematicky zaměřené výtvarné dílny. Ze začátku to bylo těžké, „krátkodobé navazování vztahu mi přišlo k ničemu a povrchní, to jsem se ale spletla. Časem jsem pochopila, že i okamžik může být velmi silným zážitkem a udělat lidem radost 'teď a tady' má opravdu smysl“. Dobrovolnictví Evě přináší jiný pohled na svět a také mnoho setkání se zajímavými osobnostmi, bere jej jako přípravu na život. Plánuje v dobrovolničení pokračovat dál.

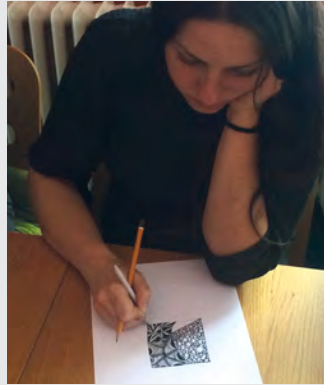


## Střípky a pozvánky z Center Amelie

Centra Amelie v Liberci, Olomouci, Praze a Rakovníku se pouští do tradičních i nových aktivit. Podívejte se na stránky Center a uvidíte, co je aktuálně přichystáno. Můžete se například v Centru Amelie **Liberec 15. 6.** od 15:30 zúčastnit přednášky na téma respitní a paliativní péče s Bc. Janou Vohlídalovou, vrchní sestrou Hospicové péče sv. Zdislavy.

V **Olomouci** se můžete zastavit **28. 5., 11. 6. nebo 17. 9.** u stánku Amelie na Hanáckých farmářských trzích a načerpat nejen informace, ale i zakoupit rukodělné výrobky z dílny Amelie. **Říjen** bude v Olomoucké Amelii opět Měsícem ve znamení darování a přichystá mnoho aktivit.

**Praha** vás zve **24. 5.** mezi 12–17 hodinou k sobě na chodník. „S Amelií na chodníku“ nabízí setkání s pracovníky Centra, ochutnávku domácích koláčů, poslech hudby i informace. **Rakovnické** Centrum se chystá na rekondiční pobyt a také vás zve **12. 5.** na tradiční kulturně společenské setkání „Iva a její hosté“.



Centra Amelie realizují pro širokou veřejnost projekt **Tematické měsíce**, který je zaměřen na informace a sdílení informací o prevenci, ale i praktickém životě s onkologickým onemocněním. Každý měsíc je věnován jednomu tématu a v jeho rámci jsou nabízeny různé aktivity a přednášky. Květen je napří-



klad věnován rakovině hlavy a CNS, červen hemato-onkologickým onemocněním a letní měsíce onkologickým onemocněním pohlavních orgánů. Účastníci si mohou najít vždy k tématu aktuální kontakty a informace na webu Amelie, ale mohou se těšit i na besedy a workshopy, jako je například chat s pacienty s názvem **Návrat do práce** po mnohočetném myelomu v **červnu**.

V nabídce projektu jsou i on-line přednášky, realizované ve spolupráci se Seppia, z.s. a na jejích stránkách [www.seppia.cz](http://www.seppia.cz) Součástí je například přednáška **23. 5.** v 17.30

„Nádorová postižení mozku“ onkoložky MUDr. Běly Malinové a připravuje se i „Partnerský život po náročných operacích“ s psycholožkou Doc. PhDr. Dr.phil. Laurou Janáčkovou, CSc.

tematické měsíce



**Dobrovolnický program Amelie** pokračuje svými aktivitami i letos jak v nemocnicích a Centrech Amelie, tak v zázemí a na jednorázových akcích. Rádi bychom rozšířili dobrovolnický program Amelie na další onkologická pracoviště. Letos začali naši dobrovolníci docházet na oddělení dermatovenerologie ve VFN v Praze a čerstvě zpřijemňují čas i pacientům na ambulanci ve FN v Olomouci. Věříme, že se nám podaří oslovit i další pracoviště a dobrovolníci v žlutých tričkách Amelie tak budou moci být k dispozici pacientům v nemocnici i na nových místech.

Z plánu Dobrovolnického programu je třeba zmínit již tradiční jarní a podzimní **dobrovolnická školení. 23.–24. 4. a v říjnu** proběhne školení pro dobrovolníky z Prahy a Středočeského kraje a **19.–21. 5. a v listopadu** pro ty z Olomoucka. V **Nemocnici**



**na Pleši** dobrovolnický program realizuje kromě návštěv také jednorázové aktivity. Tým našich dobrovolníků připravuje na **červen a září** zejména výtvarné dílny, které přinesou radost i do prostor nemocnice. V **Olomouci** se připravuje **4. 5.** účast na Majálesu Univerzity Palackého, kde bude stánek Amelie lákat na aktivitu, která návštěvníkům může přiblížit činnosti dobrovolníků na onkologii. **4.–6. 10.** se dobrovolnický program Amelie představí také na Dnech dobrovolnictví, které pořádá Univerzita Palackého v Olomouci. V **Praze** bude možné potkat dobrovolníky i v rámci Květinového dne Ligy proti rakovině. Ten se bude konat **11. 5.** a věříme, že prosvětlí svou barvou den mnoha lidem. *Chcete se k nám přidat? Napište nám na [dobrovolnici@amelie-zs.cz](mailto:dobrovolnici@amelie-zs.cz) a vyraďte do ulic s námi.*

**Výsledky Amelie za rok 2015** jsou již známy a Amelie také prošla každoročním finančním auditem a to s kladným auditorským vyjádřením. V tuto chvíli se připravuje výroční zpráva, jejíž součástí bude kromě účetní závěrky i vyjádření auditora. A jak to vypadá? Amelie zakončila rok 2015 s vyrovnaným rozpočtem. Náklady Amelie byly ve výši 3 980 252 Kč a výnosy 4 066 138 Kč. Amelie v roce 2015 zaměstnala celkem 34 osob, v přepočtených celých úvazcích to byly 4 osoby. Výdaje na zaměstnance z celkového rozpočtu činí 72 %, zbylých 28 % jde na vrub provozních a materiálových nákladů na projekty.

Amelie v roce 2015 realizovala celkem 16 projektů v celkem 34 grantech a nadačních příspěvcích. V těchto projektech došlo k více než devíti tisícům kontaktů s onkologicky nemocnými a jejich blízkými a to jednorázově i opakovaně. Nejvíce kontaktů tradičně uskutečnil dobrovolnický program, ve kterém se angažovalo více než 100 dobrovolníků. Ten zejména díky práci na ambulancích dokáže pomoci nejvíce lidem. Odborná pomoc v Amelii, poskytnutá sociálním pracovníkem nebo psychologem či dalšími odborníky zrealizovala více než dva tisíce kontaktů v individuálních či skupinových aktivitách. Celkem tak Amelie v roce 2015 obsloužila asi 1721 osob.



**Tulipánový měsíc 2016** právě skončil a už nyní lze konstatovat, že se podařilo zorganizovat úspěšně další ročník. Zapojilo se okolo 2 000 lidí, kteří se účastnili svými dílky, organizovali aktivity či výzdobu pro nemocné v nemocnicích a Centrech či přispěli v benefičních akcích na podporu psychosociální pomoci onkologicky nemocným.

Amelie a její aktivity byly vidět.

Nyní se chystá vyhodnocení a to na **10. 5. 2016** mezi 15 a 17 hodinou.

Přijďte, jste zváni!

*přivolejme s jarem i naději*  
**tulipánový měsíc**  
 4. ročník březzen 2016

**Příběh dobrovolníka, který běžel pro Amelii.** Dobrovolnice Helena dokázala v dubnu hned několik výjimečných věcí najednou. Zúčastnila se Pražského půlmaratonu a svůj běh věnovala Amelii. Helena doběhla s úsměvem na tváři v krásném čase 2:09:59 a mezi přáteli se jí podařilo vybrat pro Amelii neuvěřitelných 23 600 Kč. Tyto peníze přinesou spousty čaje, kávy a úsměvů pro pacienty na ambulanci, kam Helena pravidelně dochází. Z této akce chce udělat každoroční tradici, takže již někteří další začínají trénovat na příště – poběžíte s Helenou také? Rozhovor s Helenou o běhu i Amelii najdete na webu Amelie.

### Jak podpořit Amelii aneb co nás v Amelii pálí?

Možnost podpory Amelie je nepřeberně – od dárcovské DMS přes darování financí, materiálu nebo služeb. Více na [www.amelie-os.cz/cz/jak-nas-podporit](http://www.amelie-os.cz/cz/jak-nas-podporit)



Co nás ale aktuálně trápí? Amelie, stejně jako většina neziskových organizací, potřebuje dlouhodobě nejvíce financí na pracovníky, kteří zajišťují zázemí týmu v přímé práci s klientem. V tuto chvíli bychom však využili finance například i na audit nebo provoz webu. Kromě toho nás pálí i množství dalších „maličností“. Například v Olomouckém Centru Amelie dosluhuje vysavač – znáte nějakou cestu jak jej zajistit, třeba i starší, ale funkční? Máte možnost zprostředkovat Amelii kancelářské potřeby – papír do tiskáren, flipchartové papíry a fixy a zejména tiskové tonery? Máte možnost zajistit tisk materiálů zdarma nebo se slevou? Můžete pomoci fyzicky v Centrech Amelie při práci na administrativě? Můžete pomoci s materiálem pro občerstvení (instantní káva, čaj, smetánky, míchátko, kelímky, balený cukr, konvice na horké nápoje) pro dobrovolnický program na ambulancích, kde dobrovolníci bezplatně poskytují nápoje nemocným při jejich mnohdy i několikahodinovém čekání? Dokážete zajistit letenku nebo grafiku anebo překlad? Znáte někoho, kdo může i jinak pomoci? Zprostředkujte nám kontakty, ozvěte se. Vaší pomoci si vážíme, pomáhá nám realizovat to, čemu věříme.

**Adopce plateb Amelie** – nechcete adoptovat některou z plateb Amelie? Na konkrétní věc s jasným záměrem a významem? Pomozte nám zaplatit například překlad výroční zprávy nebo její tisk. Zajímá vás, jaké platby jsou v Amelii k adopci a co to vůbec znamená? Navštivte náš web, zavolejte, napište.



**pomáháme žít  
 život s rakovinou**



**Amelie, z.s.**  
 tel.: +420 283 880 316  
 tel.: +420 739 001 123  
 e-mail: [amelie@amelie-zs.cz](mailto:amelie@amelie-zs.cz)  
[f/amelie.zs](https://www.facebook.com/amelie.zs)  
[www.amelie-zs.cz](http://www.amelie-zs.cz)